# توان

دافغان معیوبینو هرارخیز پروگرام دري میاشتنی خپرونه

سال سوم شماره هفتم | میزان ۱۳۷۸ هجری شمسی | اکتوبر ۱۹۹۹ میلادی

## دراین شماره


- سرمقاله
- دبلاګانو او ...
- زنان ومقامات ...
- مادرانی که ...
- یو په زړه پورې...
- مجله توان میږسد و...
- دماینونو پرضد د ...
- ازمعیوبیت چګونه...
- دعجیب اوغریب ...
- فزیوتراپی او...
- ښځه څه ده؟
- جواب به نامه ها

سرمقاله

# همه اعضاء خانواده کمک کنند

شخص معیوب دریک فامیل یاخانواده مانند حلقه آسیب پذیر یک زنجیر است که مقاومت سایر حلقه ها را در فعالیت کم میسازد. هرگاه خواسته باشیم از این چنین زنجیر کار گیریم، قوت وکار ائی آن اطمینان بخش نخواهد بود، و بناءً از همه اولتر باید حلقه ضعیف را اصلاح و فعال سازیم تا با دیگر حلقه ها مقاومت مساوي را داشته باشد، در غیر آن تمامی زنجیر منحیث یک وسیله کار آمد ناقص خواهد ماند. وما وقتی با اطمینان کامل از زنجیر استفاده میتوانیم که تمام حلقه های آن سالم باشند.

به همین سان شخص معیوب که یک عضو ناگسستنی فامیل خویش است، وضع صحی روانی او بالای تمام اعضاء خانواده تاثیر انکار ناپذیر دارد وهرگز نمیتوان او را بیرون از خانواده شمرد. تمام اعضاء خانواده چه پدر ومادر، برادران وخواهران ودیگر اقارب همه وهمه درغم وسرور یکدیگر شریک اند وبناءً عضو معیوب هریک از اعضاء خانواده خویش را متاثر می سازد. وچون موضوع بذات خود یک حقیقت اجتماعیست، هریک از اعضاء خانواده بالمقابل با بهبودی وبازتوانی عضو معیوب علاقه مند بوده خواستار هرچه زودتر و بهتر وضع صحی وی میباشند. هرکس برای شخص معیوب دعا میکند تا او هرچه زودتر متکی به خود گردیده از احتیاجی دیگران نجات یابد وباین ترتیب به خوشی تمامی فامیل افزوده شود.

لیکن این صحت خواهی ومتکی به خود گردیدن شخص معیوب تنها با دعا ونیت خوب بدست نمی آید. بلکه درین راه اقدام عملي وهمدردي دوامدار لازم است تا شخص میعوب واقعاً بازتوان گردیده و باردوش دیگران نگردد. این کار در مرتبه اول به دوش همان عضو خانواده است که منحیث مربی خانواده برای معیوب تعیین میشود. او باید به هر ترتیب ممکن مطابق به هدایات کتابچه های بازتوانی معیوبین وکارکن ویا رضا کار ساحه وی پروگرام CDAP عمل نموده تمرینات لازم را بدون وقفه اجرا کند. اما امکان دارد این مربی خانه نظر به معاذیری نتواند به معیوب بطور لازم رسیده گی کند. درین صورت در فعالیت وتمرینات معیوب وقفه یا وقفه ها واقع شده معیوب بازتوان نخواهد شد. چنانچه در بعضی از جاها از کارکنان سطح متوسط بازتوانی شنیده شده که شکایت از عدم همکاری منظم مربی خانواده و سایر اعضاء خانواده موجود است. مربی خانه مصروفیت خود را عذر آورده و سایر اعضاء خانواده هم یا اصلاً نمیدانند که چطور با معیوب همکاری کنند. ویا در عمل اصلاً چندان علاقه نمیگیرند. این وضع به هیچوجه به نفع معیوب نبوده وباید همه اعضاء خانواده به یک شکل از اشکال خود را مسئول بازتوانی معیوب خویش بدانند. در صورتیکه همه اعضاء یک خانه روحیه آماده گی و همکاری در بازتوانی معیوب خویش را داشته باشند، تمام هدایات لازم به نفع معیوب عملی خواهد شد و معیوب در وقت نسبتاً کم بازتوان شده بپای خود ایستاده خواهد شد ودیگر بار دوش دیگران نخواهد بود. لازم به تکرار است که باید درصورت امکان، در هر خانواده تمام اعضاء به هدایات کارکن بازتوانی گوش داده (مربی خانواده نیز میتواند قسمت زیاد آموزش بازتوانی معیوب را به دیگر اعضاء فامیل انتقال دهد.) هرکدام تاحد توان خود در این راه همکاری کند. زیرا هر قدر که سعی وکوشش در راه بازتوانی یک شخص معیوب همه جانبه بلا وقفه ووسیع باشد به همان اندازه معیوب در مدت کم بازتوان گردیده متکی به خود خواهد شد و در نتیجه تمام اعضاء خانواده مسرور گردیده هرکس وظیفه محوله خود را انجام داده خواهند بود وتمام افراد یک خانواده سالم و خوشبخت محسوب خواهد شد.

# د بلاګانو او مصیبتونو بدلې

لیکونکی: مولوی فیضان

انسانی ژوندون په ډیرو او غوره نعمتونو بنا شوی. د انسان په بدن کښی ۳۶۰ ډیر غوره نعمتونه یعنی بندونه، اعضاوی، اورګونه شته چی دا هر یویی د الله ﷻ د کرم او رحم او قدرت ښکاره ده. سړی د هغی په قدر تر هغه نه پوهیږی ترڅو د زوال او نقصان سره مخامخ شی. مور ته الله ﷻ د نعمتونو په مقابل کی د شکر توصیه کړی ده، او د هغو د نقصان او بیرته اخیستلو په وخت کی یی په صبر مامور کړی یو. نو دا دی مور د ځینو مصیبتونو د صبر په نتیجه کی اخروی نیکمرغی او سرلوړی او غوره بدلې د مصیبت ځپلو وروڼو او خویندو د تسلیت او هغوی ته د خپل مالك د وعدی او زیری په توګه وړاندی کوو:

د انسان په بدن کی ډیر مهم او لوی نعمت سترګی دی چی د انسان د ډیرو اندامونو په خدمت کی قرار لری، د اخیستلو په وخت کی د لاسونو مرسته کوی او د تللو په وخت کی د پښو لپاره مناسب ځای په ګوته کوی. د خپلوانو آشنایانو د پیژندلو مهمه وسیله ده. د طبیعی مناظرو او ښکلیو رنګونو، د دنیا د زینت او زیبایی څخه خوند اخیستل د سترګو وظیفه ده. د الله ﷻ د قدرت د پیژندلو او عظمت پوهیدلو او د دماغ او زړه ته د هغه انتقال او یا هغه قانع کول د سترګو وظایفو مهم عنصر تشکیلوی. نو ځکه په قرآن پاك کښی (افلاتبصرون ... (آیا تاسو نه ګورئ ...)) په یوځای کی او په (افلاینظرون ... (آیا دوی نه وینی ...)) ورته په بل ځای کی خطاب شوی دی.

خو کله چی همدا لوی نعمت په خپل وار د نقصان او زوال سره مخامخ او انسان د احتیاج په لومه کی راګیر شی، نو که چیری د ایمان وړانګی یی په زړه کی خوری او د زړه بصیرت یی په کار لویدلی، بلکی تر پخوا زیات فعال وی او د صبر ښکلا پری خوره وی، دغه زیان د آخرت د ډیرو مصیبتونو څخه د ژغورولو سبب کیږی او په اعلی او دایمی او تل پاتی نعمتونو عوض شی. لکه چی د یوه حدیث شریف په اساس د دی لوی نعمت د قدردانی په هکله الله ﷻ "کریمته" او بل ځای یی دا "حبیبته" لفظ استعمال کړی او د جنت وعده او خپل دیدار ارزانی یی فرمایله ده.

د حضرت انس رض څخه روایت دی چی وائی: ما ته رسول الله صلی علیه وسلم حدیث بیان کړ چی الله ﷻ جبرئیل علیه السلام ته وفرمایل: "جبرئیله! د هغه چا بدله څه ده چی ما تری دواړه ګرانی سترګی اخیستی دی؟ هغه وویل: مونږ ته د دی علم نشته مګر هغه کوم چی تاسو راکړی دی. الله جل جلاله وفرمایل: د هغه بدله زما په جنت کی تل اوسیدل، او زما مخ ته کتل دی (طبرانی رح)".

همداسی په بل حدیث کی ابن عدی رض د انس رضی الله تعالی عنه څخه روایت کړی دی چی رسول الله صلی علیه وسلم فرمایلی دی: چی الله جل جلاله فرمائی چی زه د خپلو بندګانو څخه د یوه بنده بدن، مال او اولاد ته کوم مصیبت متوجه کړم بیایی هغه په ښه صبر سره استقبال وکړی، نو ما ته د قیامت په ورځ له ده څخه حیا راځی چی د ده لپاره د اعمالو د تللو تله ودروم او د اعمالو دفتر ورته وغوړوم ().

امام غزالی رح په احیاء العلوم کی صحیح حدیث راوړی چی مصیبت ځپلو ته ډیر زیری ورکړل شویدی: "لومړی به الله ﷻ د قیامت په ورځ د قتل په هکله فیصلی کوی. او لومړی ځل چی چا ته اجرونه او ښی بدلې ورکوی هغه کسان به وی چی د سترګو له نعمت څخه محروم شوی وی او د قیامت په ورځ به د "مکفوفینو" په نوم راوبلل شی بیا به دوی ته وویل شی تاسو ددی مستحق یاستئ چی مونږ ته وګورئ. بیا الله جل جلاله ته د دوی څخه حیا ورشی، او ورته وبه فرمایی: تاسو ذات الیمین (د عرش ښی خوا) ته ولاړ شئ او دوی ته به یو بیرغ جوړ او د شعیب علیه السلام په لاس به ورکړل شی او هغه به د دوی ترمخ روان شی او د دوی سره به د نور دومره ملایکی وی چی د هغوی شمیر بیله الله څخه بل چاته معلوم ندی. دوی په دی مصیبت ځپلو باندی د نور ملکي د برکت لپاره موجونه وهی لکه چی په ناوی باندی ښځي موجونه وهی. بیا به دوی په پل صراط د سترګو وړونکی برق په شان تیر شی. د دوی صفت صبر او حلم دی.

پاتې په (۱۵) مخ کې

## در پرتو قرآن

ترجمه: مردان مسلمان وزنان مسلمان، مردان با ایمان و زنان با ایمان، مردان مطیع فرمان خدا وزنانی که از فرمان خدا اطاعت می کنند، مردان راستگو وزنان راستگو، مردان صابر وشکیبا وزنان صابر وشکیبا، مردان باخشوع وزنان باخشوع، مردان انفاق گر وزنان انفاق کننده، ، مردان روزه دار و زنانی که روزه می دارند، مردانی که دامان خود را از آلوده گی به بی عفتی حفظ می کنند وزنانی که پاکدامنند، ومردانی که بسیار به یاد خدا هستند وزنانی که بسیار یاد خدا می کنند، خداوند برای همهٔ آنها مغفرت وپاداش عظیمی فراهم ساخته است.

سورهٔ (احزاب - آیه ۳۵ سورهٔ مدنی)

واما تفسیر...

# زنان ومقامات دهگانه

بعضی از ازواج مطهرات گفته بودند که در قرآن ذکر مرد ها در اکثر مواضع است وذکر زنان در هیچ جای نیست وبه ذهن بعضی زنان خوش عقیده خطور کرده که در آیات سابقه از ازواج پیغمبر ذکری آمد لیکن از عموم زنان هیچ چیزی بیان نشده.

بنابران آیه ۳۵ سورهٔ احزاب نازل شد آیه ای که در طرح عظمت و جایگاه زنان هیچ مرتبه وشانی را برای زنان فروگذاري ننموده است.

در این آیه ده مقام ـ ده صفت - ده مرتبه عالی نام برده شده است که بدون استثناء مردان وزنان می توانند به آنها برسند.

مادر دنیایی زندگی می کنیم که متاسفانه طرفداران حقوق زن همه تلاش شان این است که تساوات ظاهری را در امور غیر اساسی مطرح کنند مثلاً اگر مردی راننده لاری است حتماً زنی هم به این مقام نایل گردد! یا اگر مردان در عمق ۵۰ متری زمین در معادن ومخازن کار می کنند زنان هم بتوانند و یا اگر مردان نیمه شب ها در راه ها وسرک ها رفت و آمد می کنند زنها هم باید آنقدر آزادی داشته باشند که ازاین موهبت بی نصیب نگردند! غافل از آنکه توانایی های جسمانی ویا تفاوت های جسمانی اساساً فضیلت آفرین وامتیاز آور نیست چه آنکه ندیدیم بگویند در بین مردان کسی را مدیر فابریکه کنید که زورش از همه بیشتر است! بلکه ملاک توانایی های روح اعم از انضباط، تدبیر، دقت، تیزهوشی وامین بودن وغیره است که همه اینها شاخصه های روح است نه جسم به همین دلیل اوج مساوات حقیقی و هم شانی حقیقی را بین زن ومرد، در این آیه می بینیم که خداوند عالیترین موفقیت هایی را که یک انسان می تواند کسب کند در ده مرحله طبقه بندی نموده و بعد بطور کاملاً مجزا تکرار می نماید که به همه این مقامات دهگانه زنان همپا وهمتای مردان می شوند.

اولین مرتبه "مردان مسلمان وزنان مسلمان" است. یعنی اقرار زبانی به یک اعتقاد صحیح، اسلام آوردن نخستین مرحله تحول فکری است. ازدومین مقامی که زنان به آن دست می یابند پرده برداری می کند ومی فرماید: "مردان با ایمان و زنان باایمان" یعنی هم مردان به درجه ایمان می رسند وهم زنان، هم مردان عرضه و توانایی دارند که عقیده شان را دقیقاً و موبه مو عمل کنند وهم زنان اینطور نیست که بگوئیم مردان توانایی یا آزادی یا موفقیت بیشتری برای عمل به عقیده دارند ولی زنان ندارند.

سومین مقام بلند مرتبه مقام قنوت یا مقام فرمانبرداری از خداست که باز در ادامه آیه می فرماید: "مردان مطیع فرمان خدا وزنانی که ازفرمان خدا اطاعت می‌کند" یعنی زنان به درجه ای می رسند که توانایی ایستادگی در برابر شیطان و هوسها ووسوسه ها را پیدا می کنند و فقط وفقط مطیع فرمان خدا می شوند و این آیه عظیم بسیاری از حرفها وتهمت های ناروای مردان را که "زنها منشاء گناهند، زن وشیطان با هم مانوسند"، یا "زن را چه

به این حرفها " برملا می کند وعقل وخرد و روح زن را نشان می دهد که چگونه توانایی پس زدن شیطان وشیطان صفت ها را دارد مقام چهارمی که زنان همتا وهمپای مردان به آن دست می یابند مقام صداقت است که در ادامه آیه خدا ج می فرماید: "**ومردان مطیع وزنان مطیع**" یعنی مردان وزنان به راستگوی وصداقت محض می رسند. صدق یعنی انطباق کامل وتمام وجه، گفتار برکردار، کردار به نیت، نیت برحقیقت وزنان این مقام والا را بدست می آورند برخلاف آنکه عده ای با تهمتهایی همچون " زنان پرگو وگزافه گو وخلاف گو هستند" زمینه تحقیرهای بعدی را برای زن فراهم می کنند قرآن می فرماید: زنان هم برای ورود به مقام والای صداقت هیچ چیز کم ندارند و به آن می رسند.

از آنجایی که انسان در عالم دنیا وعالم ماده است واین عالم مملو از تزاحم و درگیری وتضاد منافع مردم با همدیگر است وخود بخود این احوالات برای کسی که می خواهد از عمر کوتاهش به جاودانه ترین ثمرات برسد یک سری مشکلاتی را به همراه خواهد داشت وممکن است بعضی از کوتاه نظران فکر کنند زنها نمی توانند، زنها ضعیفند، نه حوصله دارند ونه صبر، نه توانایی دارند ونه استعداد. اما خدا ج در ادامه آیه در دیگری می گشاید که به مقام زیبای صبر باز می شود ومی فرماید: " **مردان صابر وزنان صابر**" پس در مقام صبر هم زنان درخشید، هم توانایی ورود داشتند وهم عملا به آن رسیدند که واژه "زنان صابر" اشاره به هر دوی اینها دارد اما آنچه که ستودنی تر وزیباتر است آن است که با رسیدن به این پنج مقام، آفتهای غرور وتکبر وفخر وناز در آنها راه ورود تمی یابد زیرا آنها بلافاصله به مقام مردان با خشوع رسیده اند یعنی مقامی که مردان وزنان ساکن در آن از کبر ونخوت رهیده وبه صفت خشوع یا همان تواضع روح وتواضع قلب دست یافته اند. آنها با همه وجود احساس میکنند که " چیزی نیستند، کسی نیستند، هرچه هست پرتو لطف خداست نه محصول قوه وقابلیت آنها..."

واز اینجا به بعد وقت آن رسیده که "دیگربین" و " دیگر خواه" شوند دست یاری خواستن دیگران را بگیرند پس هفتمین مرتبه رخ می نمایاند. چقدر زیباست اینجا هم که بحث عمدتا اقتصادی ومالی و امکاناتی است باز زنان همپا وهمتای مردانند، همه جا هردوباهمند، که خدا ج می فرماید: "**ومردان وزنانی که صدقه می دهند و نیاز نیازمندان را رفع می کنند**." اما هنوز هم آسمانهای پرواز پایان نیافته، بازهم یک آسمان دیگر را بهتربودن و برتر شدن باز می شود وآن یعنی "**مردانی که روزه میگیرند وزنانی که روزه دارند**"، روزه دار میهمان خداست و هر دوی آنها سزاوارند که خدا میزبانی ایشان را بکند پس روزه که چون سپری معصیت را از جسم وروح دور می کند مقامی است که زنان ومردان با هم به آن مشرف می شوند، خدایا اینهمه توانایی، اینهمه عظمت، شنیدنش گنجایش ویژه میخواهد، پس حصول ووصولش چگونه است؟

پس از آن مراحل و مراتب، خدا مقام عظیم عفت را مطرح می کند یعنی زنان ومردان می توانند جسم و روح خود را از آفات چشم چرا نی وجلوه گری و بی تقوایی نجات دهند. بنابر این می فرماید: یعنی آنها در این مقام کاملا از خود: از نگاه خود، از خیال خود واز جسم خود، محافظت می کنند که به " چراگاه شیطان" وبه " مراتع هوسرانی" بدل نشود وآخرین مقام که دیگر ورود به کهکشان بی انتهای عرفان الهی است و جایی برای گفتگوی "ماومنی" نمی گذارد وهر چه هست اوست واوست، مقام رفیع "ذکر الله" است آنانکه وجود خود را با " توجه و تمرکز" و توبه وتوفیق مثل یک آینه صاف صاف کردند و در برابر" او" قد کشیده اند " آنی" شده اند که در برابر" آن" هستند. همه حرکات و ملکات شان خدایی شده آنچه او می پسندد می گویند، می شنوند، می کنند، اصلا وجود شان خود دانه های تسبیح است، هرکلام وکردار شان یک ذکر ا ز آن تسبیح است، آنها از زمین وجود شان، از زمین هوسشان، از زمین خواسته های مادی شان، آنقدر فاصله گرفته اند و بالاوبالا رفته اند، که به مدار خورشید "او" افتاده اند دیگر پی هیچ زحمتی، فقط وفقط بر گرد اویند، ستاره اویند وزهره او، سراپا ذکرند و یادند، سراپاتسبیح اند وتقدس...

اگر اهل برهان هستیم و به دیده انصاف می نگریم خواهیم دید، آیا تساوی حقیقی که از هم گوهری زنان ومردان سرچشمه می گیرد غیر از این مقامات دهگانه چیز دیگری می تواند باشد؟

# مادرانی که اطفال معیوب دارند حتماً بخوانند

ارسالی دفتر پروگرام همه جانبه معیوبین افغان - مزار شریف

گفتار مادری در مورد فرزند معیوبش

اسم من جمیله است. دارای سه طفل میباشم و مدت دو سال میشود که در شهر مزارشریف زندگی مینمایم. طفل اولم که مسیح جان نام دارد با کمال تاسف معیوب است، که نوع معیوبیت او نارسایی هوش میباشد. معیوبیت او پیدایشی میباشد چنانچه او در اوایل حالت غیرعادی داشت، من و دیگر اعضای خانواده فکر میکردیم که او مشکل شنوایی دارد زیرا با صدا کردن اسمش توجهی نمیکرد و هرگونه صدا و حرکات دیگران برایش بیمعنی بود. ما قبلاً از طریق معالجه طبی که متاسفانه هیچ تغییراتی را در قبال نداشت برایش کمک میکردیم، بارها نزد متخصص اطفال و اعصاب مراجعه نمودیم و دوایش را مکمل تطبیق میکردیم ولی هیچ سودی نمیبخشید و تغییراتی را در وجود طفل ما وانمود نمیساخت.

طفل ما در گوشه انزوا قرار داشت از اطرافیان خوشش نمی‌آمد، مخصوصاً اطفال را هیچ دوست نداشت. اگر جایی میرفتیم به نارامی عجیبی از بابت مسیح جان مواجه میشدم، چرا که او خوش نداشت با اطفال نشست و برخاست نماید. در گوشه یی تنها با یک مجله و یا یک تسبیح روز را شام میکرد. من نیز مثل او گوشه گیر شده بودم زیرا مجبور بودم بخاطر او آن حالت را داشته باشم. بالاخره زمانی که به شهر مزارشریف آمدیم سراغ ما را کارمندی از پرگرام CDAP که واقعاً برایم حیثیت ناجی را دارد گرفت. او را سروی کرد و ما را زیاد اطمینان داد. با وجودیکه در اوایل به گفته هایش باوری نداشتم و ارج نمیگذاشتم ولی او دلسوزانه به کار خود با مواد بسیار ابتدایی و معمولی مثل ریشمه هون، خمیر، موم، کاغذپران وغیره چیزهایی که برای مسیح جان دلچسپ واقع میشد شروع نموده و دستانش را تقویه کرد.

دستانش قبلاً قادر به گرفتن چیزی نبودند و پاهایش شخی کامل داشت. زانوهایش قات نمیشدند و مانند سیخ راست و بدون عضله بودند. دندانهایش نیز چندان فعالیتی نداشتند و ما همه چیز را به شکل مایع و کوبیده برایش میدادیم، حتی طفل شش ساله سیب را خورده نمیتوانست.

کارمند کار خود را با یک احساس فوق العاده شروع کرد و مرا هم تشویق کرد تا همرایش دراین راه کمک کنم. کتابهایی را بخاطر رفع مشکلات حرکی، نارسایی هوش و مشکل تکلمش برایم داد. هردو کار را شروع نمودیم، ثمره یک و نیم سال کار با پسرم را حالا با چشمانم مشاهده میکنم. او حالاحتی میتواند چیزهای سخت مثل بادام، چارمغز، قروت، نخود و هر آنچه برایش داده شود بخورد، گیلاس آب را گرفته آب بنوشد و خوردن نان را نیز یاد گرفته است. اسم کارمند را که با او بسیار محبت دارد گفته میتواند بعد از مدتی او توانست بدون کمک از حالت ایستاده بروی زمین بنشیند. بعدها توانست از دیوار محکم گرفته برخیزد و فعلاً میتواند بدون تکیه گاه خودش برخاسته و هر طرفی که میلش باشد برود. جالبتر اینکه او حالا یک موجود خوب اجتماعی شده است. اگر اطفال دیگرم در صحن حویلی باشند او به تعقیب شان میرود اگر آنها خانه بیایند او نیز میاید.

بقیه در ص (۱۵)

# یو په زره پورې قیاس

ژباړه: حکمتی
د ټرنس وراند نجمی خټه

که چیرې موږ وکولای شو چې د ټولې نړۍ نفوس یو داسې کلي ته را کم کړو چې فقط سل تنه اوسیدونکي ولري، نو د ټولو اوسنیو موجودو بشري نسبتونو Ratios په نظر کې نیولو سره به دغه نفوس په لاندې ډول وي:

د دغو خلکو یا قیاسي نفوسو ۵۷ تنه به آسیایان، ۲۱ تنه اروپاییان، ۱۴ تنه د لویدیځې نیمې کرې (شمالي او جنوبي امریکا)، او ۸ تنه به افریقاییان وي.

۵۱ تنه به یې ښځینه او ۴۹ تنه به یې نارینه وي. ۷۰ تنه به غیرسپین پوستکي او ۳۰ تنه به سپین پوستکي وي. ۷۰ تنه به غیرعیسویان او ۳۰ تنه به عیسویان وي. د ټولې نړۍ د شتمنۍ په سلو کې پنځوس (۵۰٪) به یوازې د شپږو تنو په لاس کې وي او دغه شپږ تنه به ټول د متحده ایالاتو تبعه وي. د دغو نفوسو ۸۰ تنه به په غیرمعیاري (تر معیار په ټیټه سطحه) کورونو کې ژوند کوي. ۷۰ تنه به یې نالوستي (بېسواده) وي. ۵۰ تنه به په سوء تغذي اخته وي. یو تن به مرګ ته نږدې وي او یو تن به یې هم تنکي ماشوم وي. یوازې یو تن به د پوهنتون یا کالج فارغ التحصیل وي او هیڅ یو به کمپیوتر نه لري.

---

د جنګ جګړو او حوادثو شوې قربان معیوبه
صد افرین ستا په همت شه قدردان معیوبه
ته چه د خدای ﷻ په رضا تل خپله رضا ښکاروې
څکه ولاړ د ستا خدمت ته هر انسان معیوبه
په ننې عصر کښې ځان چا ته احتیاج مه ګڼه
ټوله نړۍ درسره مل ده مهربان معیوبه
ستا د بدن په نیمګړتیاو مو تل سترګې سوځي
د خدای ﷻ تقدیر ته تدبیر نشته په موږ ګران معیوبه
ناامیدي مکړه چې څوک په ما پروا نه کوي
د همدردۍ ناري وهي څمکه اسمان معیوبه
ستا له پرې شویو اندامو څخه چه وینې توی شوي
دشتو له ویاړه پرې راشنه کړل ارغوان معیوبه
عرش، کرسي، لوح او قلم ستا په زخمونو ژاړي
غوڅ اندامونه دې لیدلې دي رحمن ﷻ معیوبه

د جامعې د اوږو بار نه یې ارام اوسه تل
ستا په کمک دی راوتلی ټول جهان معیوبه
اوښکې دې پاکې کړه چې هیڅکله ژړا ونکړې
روزی رسان تل د هر چا دی پاک سبحان ﷻ معیوبه
خپل اندامونه دی قربان کړل د اسلام په نامه
الله ﷻ به وبخښي دا ستا ټول خاندان معیوبه
په ورین تندی دې د صبرو علامې ښکاری راته
خدای دی موفق کړه په ژوندون کې هرزمان معیوبه
همسا په لاس په یوه پښه سترې مزلونه وهې
زه به نړۍ ته رسوم دا ستا داستان معیوبه
ښکلی بدن دې د باروتو په لمبو کباب شو
غوڅ اندامونه دی "عطیش" ته کړي ګریان معیوبه

سید عبدالرسول "عطیش"

## مجله توان میپرسد و شما میاندیشید

۱. با درنظرداشت شرایط خاص اقتصادی، اجتماعی، فرهنگی و سیاسی نظامی شهر کابل و با در نظرداشت سطح عرضه و تقاضا در کشور، چگونه میتوان زنان بیوه و بی‌بضاعت را که اکثراً بیسواد هستند خودکفا نمود؟ (خودکفایی فعلی صرفاً به مفهوم پیدا نمودن نان و لباس است.)

۲. در مورد خودکفا سازی معیوبین (معیوبین فزیکی، ناشنوایان، نابینایان، نارسایان هوش و ...) چه نوع برنامه های قصیرالمدت و کم مصرف موثر خواهد بود؟

۳. کدام برنامه های کوچک تجارتی "Small Business" میتواند شامل حال این دو کتگوری افراد گردد؟ چگونه؟

۴. از نظر شما برنامه CBR (بازتوانی معیوبین در جامعه) که فعلاً تطبیق جهانی دارد، تا چه اندازه در کشور ما موثر و قابل تطبیق است؟

پوهیار سیف الدین استاد فاکولتهٔ اقتصاد پوهنتون کابل

کشور ما طی دو دهه معروض به بحران عمیق سیاسی، اقتصادی و اجتماعی بوده، دوام درگیریهای مسلحانه خسارات جبران ناپذیری را بر پیکر آن وارد آورده و بر بنیاد مادی و معنوی آن آسیب زیادی رسیده است. در چنین اوضاع و احوال عرصه فعالیتهای عادی اقتصادی و اجتماعی مختل گردیده، اقتصاد احتکاری و تجارتی سودآور جای کار مولد و مثمر تولیدی را گرفته است، یعنی در کشور ما توام با بحران سیاسی بحران عظیم و رنج آور اقتصادی که ابعاد آن هرروز شدت بیشتری کسب میکند، جریان دارد. مهمترین شاخصهای این بحران اقتصادی، سقوط ارزش پولی، تنقیص تولیدات ملی در تمام سکتورهای اقتصادی، اختلال در امر تبادله اموال و کاهش محصولات اجتماعی و نهایتاً پایین آمدن سطح زندگی مردم است. در چنین شرایط بازار واردات غیرقانونی مواد اولیه گسترش یافته، دلالان و محتکرین از این وضع آشفته سود برده، مایحتاج عمومی مردم را در انحصار خویش قرار داده و از این طریق بر ثروت و مکنت خویش میافزایند.

با توجه به مسایل فوق چنین نتیجه بدست میاید که دامنه بحران اقتصادی در کشور ما خیلی گسترده و راههای برون رفت از آن نیز اقدامات و تدابیر همه جانبه مالی، پولی، اقتصادی و سیاسی را مینماید. وسعت و دامنه فاجعه و رنج و محرومیت کتلوی مردم ما و معضلاتی که دامنگیر آن است، به راه حل عاجل و فوری نیاز دارد، برخورد مجامع ملی و بین المللی با این وضع باید قاطع و عاجل باشد و مانند آفات و مصایب طبیعی با آن برخورد صورت گیرد. زیرا گرسنگی حاد و روزافزون در جامعه حکمفرما بوده و در فقدان توان خرید مردم برای احتیاجات اولیه تراژیدی وسعت و وخامت روزافزون کسب مینماید.

من به این باورم که در شرایط فعلی بایست توجه هرچه بیشتر نهادها و موسسات جهانی و خیریه بین المللی، دول و حکومات خیراندیش جهان را به دشواری حیات اقتصادی و اجتماعی این کشور معطوف نمود

### جواب به سوال اول:

واضحست که در گام نخست دولت با اتخاذ سیاستهای مالی و اقدامات اقتصادی و اجتماعی خود مکلف به امر تامین اهالی برای رفع احتیاجات و نیازهای ضروری میباشد. ولی در شرایط کنونی ظاهر است که چنین امکانی برای دولت بعید به نظر میرسد. بناء در جهان معاصر برای رفع این تراژیدیها حساسیت زیاد موجود بوده و بدون تردید نمیتوان مساعدتها و کمکهای مجامع بین المللی، کشورها و موسسات غیردولتی را کم بها داد. در حال حاضر مردم کشور ما به این کمکها و مساعدتها صرفنظر از پوشش واقعی آن به نیازمندان، ضرورت داشته و آن را با سپاس و امتنان میپذیرند. توسعه این نوع کمکهای نوع دوستانه در حال حاضر موجب اطمینان خاطر مردم برای

ادامه زندگی در کشور شان گردیده و از سیل مهاجرت به سوی آینده مجهول جلوگیری میکند.

اکثریت مردم ما فقیرند، مخصوصاً زنان بیوه فقیرتر بوده، آنان توام با فقر جانکاه، رنج و الم از دست دادن شوهران، بعضاً پدران، فرزندان و برادران خود را نیز تحمل میکنند. بناءً فقر مضاعف بر دوش آنان سنگینی میکند. مبارزه علیه فقر انسانی‌ترین امری است که بشر به آن مواجه است. کمک به فقرا و بیوه زنان به هر شکل معقول و عملی که باشد، جلوگیری از محرومیت و ناداری است.

همراه با کمکهای مستقیم مجامع و نهادهای بین المللی برای خودکفائی آنان نیز از طریق ایجاد مشاغل خانگی و حرفوی مانند قالین بافی، خیاطی، سوزن دوزی، بافت و هر نوع مصروفیت سالم دیگر اقدام اجتماعی مفید و ضرور بوده، برای اقتصاد از هم گسیخته خانوادگی آنها نقش موثر دارد. اعطای قرضه های قصیرالمدت برای چنین فعالیتهای مثمر و موثر اقتصادی که تولیدات آنان را قابل عرضه به بازار میسازد، و برای شان عاید ایجاد مینماید، تاکید میگردد. برای بازاریابی کار دستی و حرفوی زنان باید میکانیزمی اتخاذ گردد که مستقیماً به مصرف کننده و خریدار واقعی عرضه گردند و موسسات کمک کننده میتوانند در این زمینه به آنان یاری رسانیده و دست دلالان را در این رابطه کوتاه سازند.

علاوتاً ایجاد و جستجوی مشاغل برای زنان بیوه که در بدل آن مزد و حقوقی نیز دریافت دارند، از مواردی است که به آن باید توجه شود. خوشبختانه بخش "زنان واطفال بی بضاعت" پروگرام همه جانبه معیوبین افغان CDAP ازعرصه دوسال باینسو با عطاء قرضه ها، ایجاد کوپراتیف های زنان وتشکل مجالس مشورتی زنان در بعضی از حوزه های پروگرام خدمات خوبی انجام داده و این کار ادامه دارد.

## پاسخ به سوال دوم:

در گام نخست باید نهادها و کانونهایی برای چنین گروه افراد ایجاد گردد. این کانونها باید دارای شخصیت حقوقی بوده و رسماً تسجیل گردند. دولت وجوهی را نیز برای آنان اختصاص دهد تا از آنطریق به موسسان و کارمندان حرفوی این نهادها مزد و معاش نیز تادیه شده بتوانند مسلماً این کتگوری افراد از خود مشکلات و معضلاتی دارند که باید به آنها پرداخته شود.

با برنامه ریزی دقیق اولویتها میتوان اولاً نیازمندیها را مشخص نموده و برای هر یک راه حل اقتصادی و اجتماعی پیشنهاد نمود. معضلات این افراد شامل مسایل تعلیمی - تربیتی، صحی، استخدامی، و اقتصادی بوده، برای هر یک اقدامات و پالیسی‌های مشخصی مطرح است که نیاز به شرح و بسط مفصل دارد.

با ایجاد چنین کانونها و نهادهای حقوقی و قانونی میتوان به جلب مساعدتهای مالی و امکانات اقتصادی دست یافت. مسلماً مجامع ملی و بین المللی در امر آموزش، تامینات صحی، اشتغال و سایر نیازمندیهای اقتصادی و اجتماعی چنین کانونها با توجه و دقت برخورد نموده و مساعدتهای لازم را انجام خواهند داد. با توسعه فعالیتهای گوناگون چنین نهادها، امر کاریابی و حرفوی آنان نیز به بررسی گرفته شده و برای هر صنف، مطابق ذوق و استعداد آن کار و مصروفیت در خور توان آن جستجو میگردد.

مسئله کاریابی و خودکفایی معیوبین و تامین احتیاجات فردی و جمعی آنها نیز جزء پالیسی‌های دولتها بوده و برای این افراد خدمات اجتماعی و انسانی عرضه گردد. در شرایط جامعه ما که سرمایه منحیث عامل تولید محدود است، انکشاف حرفه ها، و فعالیتگاههای اقتصادی کوچک برای معیوبین و سایر افراد جامعه منحیث مصروفیت و اشتغال به امر تولیدی نقش موثر تولیدی را دارا میباشد. در بین معیوبین شاید افراد مستعد در قدرت کار و معلومات و سایر مشخصات فردی موجود باشد، و یک برنامه همگانی و یکنواخت برای همه غیرعملی بوده و به هر فرد نظر به استعداد، ذوق و علاقه آن کار و فعالیت اجتماعی مطرح میباشد. به منظور خودکفایی و تداوم امر اشتغال برای چنین افراد، لازم است تا بیشترین آنها در حرفه های مانند خیاطی، ترمیمگاهها، رنگمالی، نجاری وغیره آموزش یافته و اشتغال یابند. بدینترتیب در دراز مدت به خود کفائی رسیده و خود را فرد با مسئولیت و مفید اجتماع تلقی خواهند کرد. علاوتاً برخی از این افراد میتوانند در امور فابریکاتی و صنایع خفیفه و شبکه های توزیعی و خدماتی اشتغال یافته و مطابق سطح معلومات و آگاهی خویش در امور فرهنگی و هنری نیز مصروف گردند. معیوبین قسمی میتوانند، در برخی از فعالیتهای محدوده زراعتی مانند مرغداری، تربیه زنبور عسل، تربیه کرم ابریشم و خرید و فروش اموال و اجناس وغیره اشتغال یابند. بخش "کاریابی" پروگرام همه جانبه معیوب افغان CDAP ازسال ۱۹۹۵ درهمین راستا در پنج حوزه کشور فعالیت داشته با

تربیه معیوبین در حرفه های مختلف واعطاء قرضه برای ایجاد شغل های کوچک و یا انکشاف شغل های موجوده ، یک عده قابل توجه معیوبین را کمک کرده بسیاری آنها خود کفا شده اند.

برای تامین چنین نیازمندیها اعطای کریدتها و قرضه ها به منظور انجام فعالیتهای اقتصادی قابل بررسی بوده، علاوتاً ایجاد تعاونیها، مانند تعاونی تولید، مصرف و فروش برای انجام امور استخدامی و دریافت مفاد از مهمترین اقدامات عملی تلقی میشود

**پاسخ به سوال سوم:**

ایجاد هر نهاد و موسسه اجتماعی در گام نخست مساعدتها و کمکهای عاجل را الزامی میسازد ولی باید راههایی نیز جستجو گردد که به این کتگوری افراد مصروفیت و اشتغال دایمی مقدور گردد مصروفیت و اشتغال در امور حرفوی که فعالیتهای صرفاً محدود اقتصادی را احتواء کند شامل "صنایع دستی مصرفی" و "صنایع دستی سرمایوی" میباشد که در هر دو بخش فعالیت به سرمایه و وسایل تولید محدود ضرورت است برای ایجاد و راه اندازی چنین فعالیتهای مفید اقتصادی اول تعلیم و تربیه افراد و تحت آموزش قرار دادن آنها و اینکه این نوع فعالیتها و حرفه ها را باید به شکل فنی و مخصصی نزد استادان کار و ماهرین رشته های مربوط آموخت، امر مسلم میباشد در صنایع دستی و حرفوی و تجارت کوچک مهارت و کارآگاهی شخصی، ابتکار و نوآوری، روحیه تشبث و قبول مشکلات امر الزامی پنداشته میشود که فرد باید آن را فرا گیرد

موسسات و نهادهای مسئول را لازم است تا در گام اول کارگاههای پیشه وران و صاحبان حرفه را از نظر وسایل و مواد کار مساعدت نموده و با استفاده از قروض (کریدتها) فعالیت اقتصادی آنان را تضمین و توسعه دهند و به امر تعاونی ساختن صنایع مصرفی و صنایع کوچک سرمایه وی باید توجه صورت گیرد و مساعدت مالی و فنی نهادها زمینه را برای بهبود و انکشاف فعالیتهای بعدی چنین حرفه ها مساعد ساخته و نهایتا ارتقا و رشد تولید و درآمد را برای شان تضمین نماید چنین اقدامات و مساعدتها در برخی کشورهای فقیر مانند "بنگله دیش" روی دست گرفته شده و نتیجه مطلوب را نیز به بار آورده است متاسفانه تا اکنون در کشور ما به ارتباط چنین طرحها و برنامه ها اقدامات عملی تحقق نیافته، بیشتر به کمک رسانی و امدادهای عاجل و فوری و مقطعی اکتفاء گردیده است

---

در پاسخ به سوال چهارم باید گفت که گرچه استاد محترم نظریات نیک و مدبرانه شانرا اظهار نموده اند باآنهم همکار محترم ما دیپلوم انجنیر محمد هاشم رهین که مسئول بخش اجتماعی پروگرام همه جانبه معیوبین افغان یعنی CDAP میباشند درین زمینه معلومات بیشتری راارایه نموده اندکه ذیلاً تقدیم میگردد

## آیا ستراتیژی بازتوانی معیوبین در جامعه یا CBR در کشور ما موثر وقابل تطبیق است؟

جای شک نیست که CBR یا بازتوانی معیوبین در جامعه منحیث یک ستراتیژی (شیوه) خوب برای بازتوانی معیوبین در کشور های عقب مانده طرح ریزی شده وتطبیق میگردد زیرا با در نظر داشت تعدد معیوبین ووضع دشوار اقتصادی، اجتماعی آنها درین کشور ها ستراتیژی های دیگر نمی تواند جوابگوی مشکلات میعوبین باشد و یا حد اقل صدها سال دیگر را دربر میگیرد تا این کشورها قادر به رفع مشکلات معیوبین با استفاده از ستراتیژی های دیگر گردند روی همین ملحوظ است که مفکوره بازتوانی معیوبین در جامعه طرح گردیده است که هدف آن ساده ساختن دانش ومهارت های بازتوانی و انتقال آن به جامعه می باشد یعنی در عوض تربیه نمودن کدر وپرسونل فنی (متخصصین) به قدر ضرورت در سطح کشور وتاسیس شفاخانه ها (موئسات) در سطح حداقل ولسوالی ها که ایجاب وقت ومصارف هنگفتی را می نماید، دانش ومهارت های بازتوانی را ساده ساخته وبدسترس جامعه یعنی خود معیوبین، فامیل های آنها و افراد جامعه قرار داده و آنها را در بازتوانی معیوبین شامل می سازد که در حقیقت کیفیت کار را در پروسه بازتوانی پائین آورده ولی در مقابل خدمات را به تعداد بیشتر معیوبین و بخصوص آنهائیکه محروم از خدمات مراکز ویا موئسات اند می رساند

با وصف اینکه این شیوه بازتوانی معیوبین می باشد ومی تواند جوابگوی مشکلات یک تعداد زیاد معیوبین باشد وهم از لحاظ اقتصادی ارزانتر تمام می شود اما در عمل تطبیق این ستراتیژی کار ساده نبوده و بالخصوص در شرایط کنونی افغانستان به مشکلات متعددی مواجه می باشد که می تواند قرار ذیل ازان یاد آوری نمود

۱. ادامه تاسف بار جنگ وعدم ثبات در کشور که باعث بی نظمی، وقفه در کارها وبی جای شدن مردم (منجمله معیوبین، رضاکاران وکارمندان) از منطقه میگردد.

۲. بی سوادی یا سطح پائین سواد در کشور که بسیاری فامیل ها نمی توانند از کتاب های مؤسسه جهانی صحت (WHO) برای بازتوانی معیوبین شان استفاده نمایند.

۳. غربت که بسیاری فامیل ها ومردم فقط در تلاش پیدا کردن نفقه (بخورونمیر) برای خود و اولاد های خود می باشند ووقت اضافی ندارند که بصورت رضاکار مسئولیت بازتوانی معیوبین خویش را نیز بعهده بگیرند.

۴. پالیسی مؤسسات خیریه در دوران جنگ که معمولاً مردم را متکی به مؤسسات خارجی وملل متحد بار آورده است وحس همکاری وسهم گیری اجتماعی را در مردم خدشه دار نموده است.

۵. موانع کلتوری که کارمندان ساحوی مردانه نمی توانند خدمات را به معیوبین زنانه برسانند و یاحتی از اطفال معیوب به سادگی در صورت عدم موجودیت رئیس فامیل بازدید بعمل آورند.

۶. پروسه بازتوانی یک پروسه دوامدار بوده و ایجاب وقت کافی را می نماید و همچنان تغییر در وضع معیوب بسیار بطی بوده و بزودی قابل رویت نمی باشد، در حالیکه مردم توقع دارند که معیوب هم مانند یک مریض باید زود تداوی گردد وازین سبب بعضی اوقات فامیل ها ورضاکاران بعداز مدتی خسته شده وعلاقه شانرا در دوام پروگرام از دست میدهند وبه کار، کارمندان بازتوانی ارزش قایل نمی شوند

۷. بازتوانی معیوبین در جامعه ایجاب سهم گیری فعال و دایمی جامعه را در پروسه بازتوانی معیوبین می نماید، در حالیکه مردم نظربه شرایط دشوار اقتصادی، اجتماعی نمی توانند بصورت دوامدار ودایمی سهم بگیرند.

۸. برای تطبیق CBR از مؤسسات بازتوانی معیوبین بحیث مراجع راجع سازی استفاده بعمل می آید واین مراجع جزء اساسی جهت تطبیق موفقانه پروگرام بازتوانی می باشند، در حالیکه در افغانستان چنین مراکز راجع سازی بسیار کم ونادر است ودر صورتیکه موجود هم باشد بسیاری از معیوبین توانائی طی نمودن مسافات بعید را از لحاظ اقتصادی وهم از لحاظ جسمانی ندارند زیرا معمولاً استفاده از خدمات بازتوانی ایجاب رفت وآمد دوامدار را می نماید.

۹. معیوبیت ومسایل معیوبین عبارت از شکل ویا ضرورت اولیه جامعه نمی باشد و مردم به ضرورت های دیگر خویش حق اولیت میدهند لهذا سهم گیری مردم در مسایل معیوبیت آنهم بصورت دوامدار در شرایط کنونی کشور مشکل بنظر می رسد

۱۰. نتیجه سهم گیری مردم در بازتوانی معیوبین به اندازه سهم گیری آنها در مسایل اعمار مجدد قابل رویت نمی باشد از ینرو مردم علاقه مند در سهم گیری در پروژه های اعمار مجدد می باشند نسبت به سهم گیری در بازتوانی معیوبین

۱۱. سهم گیری مردم در بازتوانی معیوبین ایجاب می نماید که افراد جامعه درین رابطه آموزش بگیرند تا قادر به سهم گیری در پروسه بازتوانی گردند در حالیکه در پروژه های ساختمان واعمار مجدد مردم بدون اینکه آموزش بگیرند می توانند سهم بگیرند که این خود یک مشکل دیگر در سهم گیری مردم در پروگرام بازتوانی معیوبین می باشد.

۱۲ در پروگرام CBR ایجاب می نماید که زن ها نیز شرکت نمایند مخصوصا بخاطر بازتوانی اطفال معیوب وزن های معیوب در حالیکه نظر به موانع کلتوری وفرهنگی زن ها نمی توانند به آسانی در پروگرام شرکت نمایند

۱۳. پروگرام جهت پیشبرد امور بازتوانی توسط رضاکاران بی معاش هیچ نوع امتیاز ویا تشویقی را برای این کتگوری کارمندان در نظر نگرفته است تا آنها را تشویق به همکاری دایمی نماید

قابل تذکر است که با وصف مشکلات فوق الذکر باز هم تطبیق این ستراتیژی در افغانستان دست آورد های چشم گیری داشته است و خدماتی را به تعداد کثیری از معیوبین رسانیده است (مجموعاً تا اکنون ۹۲۰۰۰ معیوب از طریق این پروگرام بازتوان گردیده اند) که نمی توان

ازان چشم پوشی نمود. همچنان درک مشکلات فوق الذکر نیز ضرورت به وقت وتجربه کاری داشت که خوشبختانه پروگرام همه جانبه معیوبین افغان با تطبیق ستراتیژی CBR تجربه کافی بدست آورده و مشکلات فوق الذکر را در راه تطبیق پروگرام درک نموده است ودرین مقطع زمانی در صدد رفع موانع مذکور بر آمده است.

فعلا پروگرام شیوه های را جستجو می نماید تا بتواند از مشکلات فوق الذکر عبور نموده و مصدر خدمات شایانتر به معیوبین گردد. از جمله میتوان از ایجاد مراکز بازتوانی بمنظور موثریت بیشتر وقابل رویت ساختن پروگرام، استخدام کارمندان زنانه، پخش آگاهی در مورد معیوبیت، جلوگیری از معیوبیت و بازتوانی معیوبین با استفاده از میتود های بسیار موثر سمعی و بصری، براه انداختن پروگرام های موثرتر آموزشی برای رضاکاران و دیگر اعضای جامعه، براه انداختن سیمینارها ومجالس به سطح ملی تا مسایل معیوبیت را مورد بحث قرار داده و تاحد ممکن ستراتیژی واحدی را در بین موسسات همکار (موسساتیکه در رابطه به معیوبیت ویا بازتوانی معیوبین کار می کنند) بوجود آورد، در صورت ممکن براه انداختن کورس های سواد آموزی، اعطای قرضه بصورت گرویی به معیوبین وغیره وغیره نامبرد

بدین ترتیب CDAP در نظر دارد که عنقریب با عملی ساختن شیوه های فوق الذکر پروگرام CBR را در افغانستان بصورت موثر و بهتر عملی نماید و مشکلات وموانع فوق الذکر را از سر راه بازتوانی معیوبین دور سازد.

# دماینونو پرضد دمبارزې میاشت

**گرانو هیوادوالو! دماینونو پرضد دافغانانو د مبارزې ټولنې سرکال دتلې میاشت دماینونو پرضد دمبارزې دمیاشتې په توګه اعلان کړې ده. ددې میاشتې په اوږدو کې به دمبارزې غړې موسسات سپورتي تورنمنټونه، دمعیوبینو سپورتي مسابقې، دماینونونمایشات، دماینونو خلاف مظاهرې او غونډې دهیواد په بیلو بیلو ښارونو کې ترسره کوي. له تاسو څخه هم هیله ده چې دماینونو پرضد دافغانانو مبارزه کې فعاله ونډه واخلئ او دا مبارزه نوره هم پیاوړې کړئ.**

# از معیوبیت چگونه جلوگیری گردد؟

ترجمه و ادابت: داکتر نجیب الله محبوب

در ممالک در حال رشد و ترقی نیافته اطفال و نوزادان به طور خاص معروض به معیوب گردیدن و بار دوش شدن اجتماع میباشند، خصوصا اطفالی که در شرایط مهاجرت قرار داشته و نسبت شرایط ناگوار اقتصادی و اجتماعی غذای مناسب برایشان میسر نشده و در اطاقهای مزدحم (که زمینه انتقال امراض ساری مکروبی در آنجاها بیشتر است) زندگی میکنند و همچنان آب صحی آشامیدنی برای شان میسر نیست بیشتر آسیب پذیر اند. در این حالات اولتر از همه باید کوشش شود تا طفل معیوب نگردد و در صورتی که طفل معیوب گردید باید از دوامدار شدن یا دایمی شدن معیوبیت وی تا حد امکان جلوگیری شود. در صورتی که معیوبیت طفل دایمی و غیرقابل تداوی باشد باید در قسمت بازتوانی معیوب به مقصد جلوگیری از بار دوش شدن در اجتماع اقدام شود و در این صورت مسئولیت مشترک همه فامیلها، کارکنان

صحی، موسسات خیریه دولتی، سران قبایل یا کمپهای مهاجرین و دولتهاست که هر یک در چوکات صلاحیت و مسئولیت خویش در قسمت جلوگیری از معیوبیت و رفع احتیاجات معیوبین کار نمایند عناصر عمده غرض جلوگیری از معیوبیت اطفال خصوصا اجتماعات مهاجر ذیلا خلاصه میگردد:

الف: ارائه تعلیمات اساسی صحی. در تعلیمات ابتدایی صحی باید فشار و تاکید بیشتر در قسمت تعلیمات وقایوی صورت گرفته و این تعلیمات باید یک جزء لازمی در پروگرامهای صحی باشد مثلا:

۱. خدمات حمایه طفل و مادر موجود بوده و در آنجاها باید مراقبت نشو و نما و انکشاف دماغی و فزیکی طفل و کنترول منظم خانمهای حامله صورت بپذیرد.

۲. به تداوی اساسی امراض معمول مثلا اسهالات و انتانات تنفسی خصوصا گوش توجه جدی شود.

۳. به پروگرام تطبیق واکسین توجه جدی گردد.

۴. کارکنان صحی اجتماعی و دایه های محلی باید در هر قریه یا کمپهای مهاجر نشین موجود باشد تا تعلیمات اساسی صحی را به مردم رسانیده بتوانند.

۵. تعلیم مراعات حفظ الصحه فردی و اجتماعی مثلا، سیستم بیت الخلاهای محلی مناسب یا تهیه آب صحی وغیره باید در کلنیک صحی و هم از طریق وسایل اطلاعات جمعی مثلا، رادیو، اخبار و مجلات صورت بگیرد.

۶. به تداوی امراض مزمن و خطرناک مثلا، توبرکلوز توجه خاص گردد.

ب . جلوگیری از حوادث اتفاقیه و ناگهانی

در شرایط مهاجرت زمینه برای بروز واقعات ناگهانی و خطرناک بیشتر مساعد است مثلا، موقع انتخاب محل سکونت باید امکانات تهیه آب صحی، امکانات معروض شدن به گرمی یا سردی شدید و فاصله از سرکهای عمومی جدا مدنظر باشد. محل آشپزی باید از دسترس اطفال دورتر باشد تا از حوادث سوختگی جلوگیری شود. در مناطق جنگ زده باید موضوع ماینگذاری مدنظر گرفته شود.

ج . تغذی مناسب

اطفال بین سنین ۶-۳۶ ماهگی به فقدان تغذی بسیار حساس اند و باید برای شان مقدار کافی پروتین تهیه شود. همچنان مادران حامله و شیرده به غذای بهتری ضرورت دارند و این نکسات با در نظرداشت امکانات دست داشته توجه شود.

د . آرامش روحی و دماغی

هر فرد مهاجر از نظر روانی مشکلاتی دارد. موضوع از دست دادن اقارب، دوستان، خانه و لوازم و وسایل زندگی امثالی از عواملی اند که شخص را تحت فشار روحی قرار میدهند. لذا وظیفه و مسئولیت دول میزبان است تا زمینه و امکان تهیه مسکن مناسب و سایر تسهیلات اساسی زندگی روزمره را تا حد امکان برای مهاجرین مهیا ساخته و از کوچ دادنهای اجباری اجتناب گردد، زیرا واقعات زیاد معیوبیتهای دماغی که ناشی از فشارهای روحی بوده نزد مهاجرین در هر گوشه و کنار دنیا راپور داده شده است.

موضوع دیگری که به صحت روانی مهاجرین ارتباط مستقیم دارد موضوع خودکفا شدن مهاجرین است دول میزبان و همچنان موسسات خیریه بشردوست باید تا حد ممکنه کوشش نمایند برای مهاجرین شرایطی را مساعد بسازند که آنها بتوانند غرض رفع مایحتاج روزمره خود مصروف بوده و قادر به رفع ضروریات اولیه حیاتی خود باشند، که در این صورت از یکطرف از تشویش و بیکاری که خودش یک مرض است رهایی میابند و از طرف دیگر میتوانند تا اندازه ایی غذای صحی و مناسب برای اعضای فامیل شان تهیه نمایند که این هدف نیز بدون همکاری بشردوستانه دولت (یا دول) میزبان برآورده شده نمیتواند.

## ارزش علم وتعلیم

روزی یکی اززنان مدینه خدمت بی بی فاطمه زهرا رضی رسید و گفت:
مادر پیری دارم که در مسائل نماز سوالاتی دارد ومرافرستاده است تا مسائل شرعی نماز را از شما بپرسم.
حضرت بی بی فاطمه زهرا رضی فرمود: بپرس.
وآنگاه مسایل فراوانی مطرح کرد وپاسخ شنید. در ادامه پرسشها آن زن خجالت کشید وگفت:
ای دختر رسول خدا ص بیش از این نباید شما را به زحمت اندازم حضرت فاطمه رضی فرمودند:
بازهم بیا وآنچه سئوال داری بپرس. آیا اگر کسی را روزی اجیر نمایند که بار سنگینی را به بام بالا ببرد ودرمقابل، صدهزار دینار طلا مزد بگیرد، چنین کاری برای او دشوار است؟
گفت: خیر، حضرت ادامه داد: من هر مسئله ای را که پاسخ دهم، بیش از فاصله بین زمین وعرش گوهر ولولو پاداش می گیرم، پس سزاوار تر است که بر من سنگین نیاید.

# د عجیب او غریب سلوک په هکله یو لنډ نظر

محمد رحیم وردک ، د CDAP ساحوی کارکوونکی

عجیب او غریب کردار او رفتار(سلوک) د یوی ناروغی له وجی په انسان کی لیدل کیږي. کله چی څوک په دغه ناروغی اخته شی د عادی خلکو په شان عمل او فکر نه کوی. خپلی رویی ته تغیر ورکوی او په کړو وړو کی یی بدلون راځی. د څو ورځو او میاشتو په تیریدو بل قسم حالت ته راځی. هغه شخص چی په دی ناروغی اخته وی سالم فکر نلری او خپله ناروغی هم ورته معلومه نه ښکاری او په دی هم نه پوهیږی چی د ده یا دې ناروغی په نورو خلکو څه اثر کوي.

کله عجیب او غریب عمل کوی او کله بیا نورمال حالت ته راځی. د ناروغی په پیل کی مریض ډیر سرګردانه معلومیږي او د خلکو د کارونو پروا نه ساتی. کوم کارونه چی مخکی به یی اجرا کول په هغو کی تنبلی او کمزوری ښیی او خپله هم تصمیم نه شی نیولای. هر څه چی په خوله ورځی هغه وایی. د ناروغ په خوب کی ناراحتی رامنځ ته کیږی. ډیر خله داسی وی، کوم شیان چی کمیاب وی په هغو پسی ډیر ګرځی او بعضی وخت نه پوهیږی چی په څه شی پسی ګرځی. خلکو ته مزاحمت کوی او یا داسی فکر کوی چی د نورو خلکو په شان نه دی یا داسی فکر کوی چی خلك د ده د اذیت سبب ګرځی. او کله هم تصور کوی چی د ده په غیاب کی څوك خبري کوي، په دی صورت کی دغه عملونه د ده د ناراحتی سبب کیږي نو ځرنګه چی شخص په دی حالت وی د کورنی او د جامعی نه ګوښه ګیری کوی او په شاوخوا کی ډیر حرکت کوی او داسی شیان خوښوی چی د نورو خلکو په نظر درست نه وی. او یا داسی شیان وینی یاپی اوری چی هغه په دی خای کی هیڅ وجود نه لری او یا فکر کوی چی ده ته څوك خبری کوی اویا په لوړ اواز ورته غږ کوی. مریض فکر کوی چی "څوك شته خو زه یی نه وینم"

د کورنی خلك دا رنګه مریض ته حق حیران وی نو په دی حالت کی د کورنی خلك ناروغ په جلا کوټه کی اچوی او له کوټی څخه لوښی نور کالی او سامانونه وباسی او ناروغ یوازی په خالی کوټه کی بندی کوی. داسی کارونه د مریض روحی حالت لابتر کوي او بد تاثیر وربانده کوی

د کورنی خلك باید داسی عمل ونه کړی چی د مریض روحی حالت ته ضرر ورسیږی. ناروغه په کورنی کی باید د خوشبختی احساس وکړی او اطمینان حاصل کړي چی دی یا دا هم د دی کورنی غړی دی. د کورنی خلك باید ورسره ښه رویه وکړی

**او د ناروغ سره د صبر او حوصلی نه کار واخلی او مینه او محبت ورسره وکړی چی هغه د امنیت احساس وکړی.**

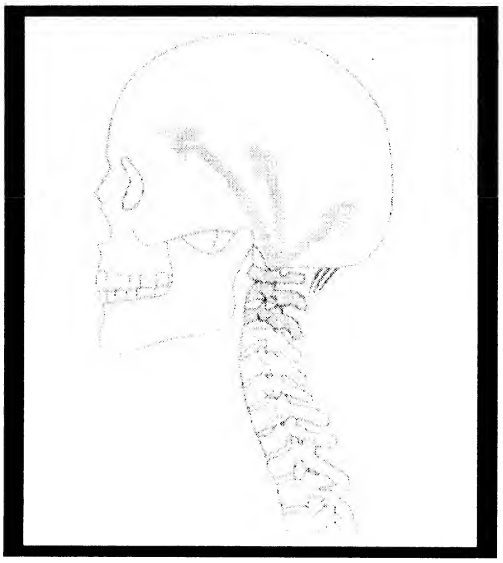
امکان لری چی ناروغ ووایی چی زما خپلوان، دوستان، همسایه ګان بد ایسی نو په دی صورت کی مریض تشویق کړئ چی "ته دغه کسان ستا دوستان دی". د مریض سره د سیاست په رابطه باید بحث و نه شی

ناروغ ته پوره خواړه او اوبه ورکړئ ډیر خله داسی پیښیږی چی مریض خواړه یا اوبه په خکه واچوی په دی وخت کی باید د صبر او حوصلی نه کار واخلئ او مریض تشویق کړئ چی داسی کار تکرار نه کړی او په دی حالت کی مریض په داسی عمل مه وهئ

مریض بهر تګ او قدم وهلو ته وهڅوئ بازار او مذهبی ځایونو ته ورسره ولاړ شئ مریض خپل خان او لباس ته متوجه کړئ ترڅو مستقل شی او د نورو خلکو کمك ته همیشه ضرورت پیدا نه کړی. او په خپله یو کار سر ته ورسوی.

مریض باید ډاکټر ته ورسوئ او د ډاکټر په مشوره باید دوا وخوری. او که مریض په څه علت دوا نه خوری نو د ډاکټر سره په دی باره کی مشوره وکړئ

# فزیوتراپی او سردردی



**د سردرد دغاړی د تکلیف او هم د فزیکی او احساساتی فشار له کبله پیدا کیږی. فزیوتراپستان کولای شی چی په موفقانه توګه زیاتره سردردونه تداوي کړي او دیبا تکراریدلو د مخنیوی لاري دروښيي.**

## آیا ستاسو سردردی په ربښتیا سره دغاړې درد دی؟

د ډیرو خلکو د درد احساس اوفشار دځې د پورتنی برخې ځخه شروع کیږی. کله چې درد زیات شي بیا دسرشاتنی برخې او هم شقیقې تندی او یا د سترګو شاته برخې ته هم خوریږی. د ډیر وخت لپاره غاړې ته حرکت ورکول او مخې ته قات کول دتکلیف داضافه کیدو سبب کیدلای شي. دا ځکه واقع کیږی چې دغاړې د پورتنې برخې اعصاب د سر او دمخ د اعصابو سره پیوستګی لري. دځې د پورتنی برخې د بندونو او عضلاتو تکلیفونه ستاسو سرته د درد د انتقالولو سبب کیدلای شي.

- سر دردي چې دغاړې له درد سره یو ځای وي، ایا درد دسر دشاتنی برخې ځخه مخې ته ځړیکی وهي؟
- سردردي چې دګنګسیت سره او یا سپک سري سره وي.
- سر دردي چې د غاړې دحرکتونو او یا دډیر وخت لپاره په یوه حالت پاتې کیدلو سره منځ ته راځي او یا بتر کیږی.
- سر دردي چې تل ستاسو د سر یو طرف ته موجوده وي.
- سر دردي چې دککرۍ قاعدې ته دفشار ورکولو په واسطه کمیږی.
- سردردي چې د ډاکتر له خوا د نورو سببونو دمعاینه کولو وروسته لاهم دوام لري.

## سر دردی چی له نورو سببونو ځخه وي:

د احساساتي فشار او پریشاني په واسطه کیدای شي چې دغاړې د پورتنی برخې او ژامې عضلات شخ شي. عصب متشنج شي او د وینې جریان ته زیان ورسوي. د سر درد د پیداکیدو سبب کیږی. که نیم سری او حساسیتي عکس العملونه او یا نور داسې سببونو باندې مو شك وشي، نو ستاسو فزیوتراپست به تاسو ته د ډاکټر دلیدلو توصیه وکړي.

## دسردردي مخنیوی :

دا لاندې یوځو مهمې لارښوونې دي چې له تاسو سره به د سر دردي په مخنیوی کې کومك وکړي.

**وضعیت:** جګ ودریږئ، سینه وتلې، اوږې ارامې، زنه د سر په اندازه دننه، غاړه مو باید یو فت کې سیخه او آرامه احساس کړئ.

**کار:** د زیات وخت لپاره په ټیټ سر دکار کولو ځخه ځان وساتئ، ځو ځلې د بدن شخې وباسئ او وضعیت بدل کړئ.

**خوب کول:** ټیټ او تاوشوي (استونه یې) بالښت چې دغاړې او سر ترمنځ ځای په ځای شي، د ډیرو خلکو لپاره ډیر ښه دی. دخپل فزیوتراپست سره خبرې وکړئ.

**ورزش:** دخپل ورمیږ (ګردن) بندونه اوعضلات د صحیح ورزش په واسطه په ارتجاعی حالت کې اوقوي وساتئ ستاسو فزیوتراپست تاسو ته دا ورزشونه ښودلای شي.

**زمنبت:** دا درك کړئ چې کله هیجانی یاست امکان لري بې له دې چې وپوهیږئ تاسو خپلې اوږې کوپې کړئ. اوغابنونه وچیچئ.

## فزیوتراپستان څرنګه کومك کولای شئ؟

### فزیوتراپستان دانسانی حرکتونو او وضعیتونو کار پوهان دي:

دوی به وپوهیږی که چیرې ستاسو غاړه یا ورمیږ د سردردی سبب وي. فزیوتراپستان امکان لري دا لاندې شیان استعمال کړي:

- موبلایزیشن: په کراره بندونو ته حرکت ورکول.
- منپولیشن: په چټکی سره بندونو ته حرکت ورکول
- مساژ
- علاج بښونکی تمرینونه
- دوضعیت معاینه، اصلاح او سپارښتنه.
- دنرمښت معالجه
- دلیزرشعاع، التراساوند، د برقی آلاتو په واسطه علاج او دتودوخی په واسطه علاج.

- ښځه ښېښې ته ورته ده ساتنه يې وکړئ. " رسول کريم ص"
- زما دوه څيزونه خوښ دي: ښځه او خوشبويې " رسول کريم ص"
- دنيا متاع ده او ترټولو غوره متاع يې صالح ښځه ده.(حديث شريف)
- له ايمان نه وروسته تر ټولو سترنعمت ښځه ده " حضرت عمر فاروق رض"
- د ښځې په سترګو کې له رنجو څخه شرم وحيا ډير ځلانده وي " حضرت علی رض"
- نيکه ښځه يوازې ددنيا هستي نه ده بلکې د اخرت توښه هم ده " امام غزالی"
- د ښځې زړه تر نارينه ډير پراخ وي.
- هغه کور چې مور په کې نه وي هديري ته ورته دي.
- له ښځې سره هيڅکله هم ځان په ازمينښت کې مه اچوئ که نه تاسې به ورنه وروسته راشئ. "کمال اتاترک"
- ښځه تل انتها پسنده وي نو له دې امله يا ډيره ښه وي يا ډيره بده. " بروبری"
- ښځه د وقار، ايثار، مروت او دمينې درس ورکوي " والټرز"
- له ښځې څخه د څلورو څيزونو تمه وکړئ

۱. دهغې په زړه کې نيکې وي.
۲. په څيره کې يې حيا وي.
۳. په ژبه کيې يې خوږوالی وي.
۴. اولاس يې له کار سره لګيدلی وی.

- د ښځې مثال دهغې خوشبويې په څېردی چې هيڅکله پټيدای نه شي.
- ښځه ددنيا ډيره عظيمه پانګه ده. دهغې يوازې څلور صفته وي:

۱. مور، ۲ خور، ۳ لور، ۴ ميرمن

## پاتې د (۲) مخ

عبدالله بن عباس او د هغه په څير نور به د دوی ملګری وی."

د دی حديث شريف څخه معلوميږی چی شعيب عليه السلام هم په اخر کی د سترګو د نعمت څخه محروم شوی و. نو د سترګو د نعمت څخه محرومو خلکو لپاره دا لوی زيری دی چی دوی به د انبياو عليه السلام، صحابه وو، او د ملکو په جمله کی چی پری فخر کوی په پوره اکرام او عزت سره جنت ته لاړ شی.

بيا به اواز وشی چی د بلاګانو خلک چيرته دی او په دی اواز سره به د جذام په مرض اخته خلک يا داسی نور چی د مرض په واسطه د دنيا خلکو تری کرکه کوله، راوستل شی. الله ج به له دوی سره غوره او ښه روغبړ وکړی بيا به دوی ته د ذات اليمين د ليږدولو حکم وکړی، بيا به ورته شين بيرغ جوړ او د ايوب عليه السلام په لاس به ورکړل شی او هغه به د دوی ترمخ د ذات اليمين خوا ته روان شی. په اصحابو کښی به د دوی ملګری عقيل بن ابی طالب او د ده په څير نورو وی.

همداسی د نورو مصيبتونو لکه د خپلوانو مرګ، د مالونو هلاکيدل په ناروغيو سره د صحت او روغتيا له منځه تلل او د لاسونو يا پښو يا نورو اندامو غوڅيدل او بدرنګه کيدل، يا روحی او عصبی امراض دا ټول د الله ج په وړاندی چی صبر پری وشی شکايت نه وی پوره او غوره اجرونه لری.

حضرت عبدالله بن عباس رضی الله عنه فرمايی: صبر په قران کښی په دری ډوله راغلی:

۱. د الله جل جلاله د فرضونو په ادا کولو کی صبر چی د دی لپاره دری سوه درجی ثواب دی.
۲. او د الله جل شانه د حرامو شيانو څخه د ځان ساتلو په وخت کی صبر چی شپږ سوه درجی ثواب لری.
۳. او په مصيبتونو کی د لومړی صدمی او اول ځل پيښی په وخت کی چی د دی نهه سوه درجی ثواب لری.

امام غزالی رح وايی: دی ډول ته ځکه دا فضليت ورکړل شو (سره د دی چی دا دريم ډول د فضايلو څخه دی او دوه مخکی له فرايضو څخه دی) چی مومن د عباداتو پر ادا کولو او له محارمو څخه د ځان ساتلو په وخت کی صبر کولی شی. ربښتيا هم چی دريم ډول صبر د يو غيرطبيعی حالت په وخت کی منځ ته راځی هلته يی عقل مغلوب او حواس پريشانه وی. نبی عليه السلام هم د مصيبت په لومړی وخت کی صبر ته خاصه توجه فرمايلی وه "الصبر عند صدمة الاولی" مقبول او غوره صبر د لومړی صدمی او پيښی په وخت کی دی.

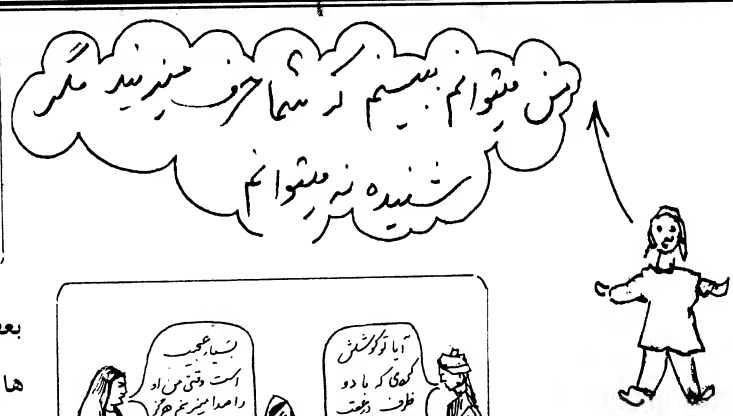
ځوک چی د دنيا موقت او موسمی ژوند. فانی او بيوفا ګڼی. او د اخرت نه ختميدونکی ژوند د هغه په مقابل کی ګټور او تل پاتی د وفا ژوند منی. نو بايد چی د دنيا د ذرق او برق پر ځای هغه غوره کړی او پری خوشحاله او مطمئن شی.

الله ج دې زمونږ معيوبينو او معلولينو وروڼو او خويندو ته د دنيا په ژوند کی ستونزی اسانه او صبر جميل نصيب او د اخرت بی‌شميره او تل پاتی اجرونه په برخه کړی. امين

## بقيه از ص (۵)

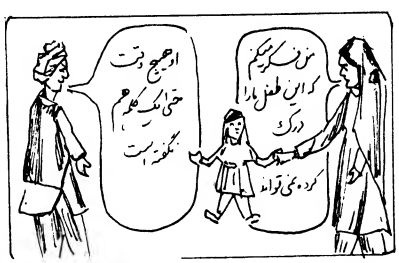
دوست دارد در جمع آنان بوده و همرايشان بازی نمايد زمانی که او را برای بار اول به دفتر CDAP بردم به آغوش گرفته انتقالش دادم. خوشبختانه در مرتبه بعدی مسيح جان توانست با پای خود نزد کارمندان دفتر CDAP بيايد. حالا من متيقن هستم که به ياری خداوند و با حوصله مندی فراخ کارمندان دفتر CDAP پسرم روزی شامل مکتب خواهد شد و در قطار انسانهای ديگر به تحصيل خواهد پرداخت. اين مهم نيست که حتما او به درجه عالی تحصيل کند و شاگرد ممتاز صنف خود باشد ولی اين برايم بس مهم است که او بتواند با همقطارانش در چوکات پروگرامهای تعليمی و تربيتی شامل شود.

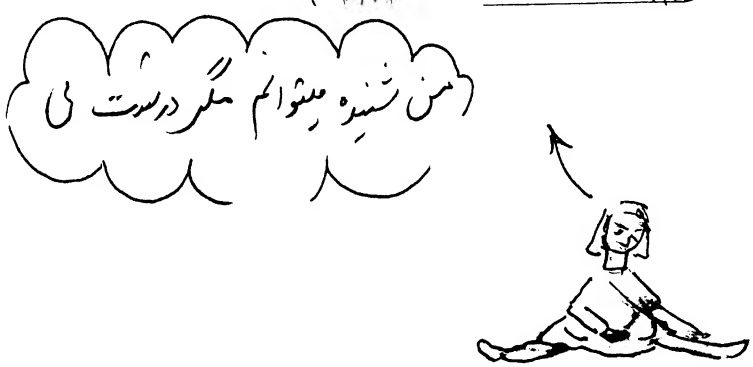
بیایید چیزهای در باره اطفالیکه تکلیف شنوایی دارند توجه کنیم ودراثر مشاهدات متداوم آنها را کمک کنیم! هرقدر زودتر متوجه شویم به همان اندازه نتیجه بهتر بدست خواهیم آورد. به این تصاویر دقیق شوید اطفال خود را کمک کنید تا آنها شما را درک کنند وشما آنها را.




بعضی اوقات طفل بصوت ها عکس العمل نشان نمی دهد بجزء صوت های بلند

اوحرف زدن را نیاموخته است بنابرآن زبان رادرک کرده نمی ته اند



# جواب به نامه ها

- **برادر محترم مولوی محمد شمس الرحمن " فروتن" از ولایت وردک:**

نامهٔ پرمحتوای شما را خوانده واز نظریات وبرداشت شما نسبت به مجلهٔ توان یک جهان ممنون مضمون. ارسالی شما در شمارهٔ فعلی به دست نشر سپرده شده ازجمله شعر تان تحت عنوان " رضا په قضاء" را درشماره های آینده نشر خواهیم نمود. آرزومندیم با ارسال مضامین ارزندهٔ تان مجلهٔ مان را زینت ببخشید.

- **محترم ورور رحیم الله د میدان وردګو ولایت دچهاریکی دسهاکو دکلي اوسیدونکی :**

ستاسو رالیږلی مطلب موولوست او کوښښ کوو چې په راتلونکي کې يې په توان کې خپور کړو. له همکاری نه مو مننه.

- **برادر محترم عبدالمحبوب بهزادی کارمند بازتوانی سطح متوسط ولسوالی برکی برک:**

اشعار ارسالی شما را دریافتیم یکی از آنها را که مطابق روحیه توان است در شماره های آینده به نشرخواهیم سپرد به امید همکاری های هرچه بیشترشما.

- **محترم ورور غلام جان " زرغوني" د وردګو له ولایت:**

ستاسو رالیږل شوی شعر مو ولوست د نشر نه يې معذرت غواړو. کوښښ وکړئ چې په آینده کې د توان د روحي په مطابق مطالب مونږ ته راولیږئ ستاسې د همکاري په هیله.

- **محترم ورو سید عبدالرسول "عطیش" د وردګو د ولایت:**

ستاسې شعر مو د توان په همدغه شماره کې خپور کړ. ستاسې د قلمې همکاریو په هیله

- **خواهر محترم پروین "عظیمی" از RBTU پشاور:**

مطالب زیبای شمارا بدست آوردیم. از جمله مطلب شما که پیام آور خوبی به برادران وخوهران معیوب مان میباشد درین شماره به نشر سردیم به امید همکاری های ارزشمند شما.

- **برادر محترم داکتر نجیب الله محبوب از پشاور:**

مضمون شما تحت عنوان " جلوگیری و حمایه از معیوبین دایمی" را با محض تغییر در عنوان آن " از معیوبیت چگونه جلوگیری گردد" درین شماره به پای نشر سپردیم به امید همکاری های پر ارزش شما.

- **برادر محترم پوهنیار سیف الدین استاد فاکولته اقتصاد پوهنتون کابل:**

مطلب ارزشمند شما را که موضوع واقعاً به شیوه بسیار عالی تحلیل و تحریر شده مطالعه نموده و نشر نمودیم. البته باید گفت، درقسمت جواب به سوال چهارم که شما نیز جواب درست به آن ارائه نموده بودید، جهت حصول قناعت شما و دیگر خواننده های مجله مضمون جداگانه یی را به شکل مفصل تر تحت عنون " آیا ستراتیژی بازتوانی معیوبین یا CBR از کشور ما موئد وقابل تطبیق است؟" ترتیب نموده به نشر سپردیم. تمنا داریم با ارسال همچو مطالب ارزشمند ما ونشریهٔ ما را افتخار بخشید.

- **محترم ورور محمد رحیم د دایمرداد د ولسوالی د وردګو د ولایت ساحوی کارکن:**

ستاسو رالیږلی مضمون او شعر مو تر لاسه کړل، مطلب مو د توان په دې ګڼه خپور کړ، د شعر د خپورلو څخه مو معذرت غواړو. له همکاری نه مو مننه.

- **برادر محترم مان هر یک معلم سیداحمد خان وغلام فاروق صاحب زاده از ولایات فراه وهرات :**

از ارسال قضایای جالب، رهنما وارزنده تان که راجع به جگر گوشه هایتان بود وصول نموده در شماره های آینده به نشر خواهیم سپرد.

- **محترم ورور قیام الدین "مایار" په وردګو کې د افغان معیوبینو دهارخیز پروژې د ریسورس سنتر سوپروایزر:**

ستاسو رالیږلی شعر مو ولوست انشاء الله په آینده کې به يې خپور کړو، ستاسې د دوامداره همکاری په هیله

- **محترم ورور محمد غنی " امین" په وردګو کې دافغان معیوبینو هارخیز پروژې مسئول:**

ستاسې له رالیږلی مضمون نه ډیره مننه، د توان په نورو ګڼوکې به يې خپور کړو. ستاسې د دوامدار او ارزشمند همکاری نه ممنون.

NOTICE BOARD
تخته اعلانات
از ما به جهان مردم بیچاره تری نیست
مظلوم تر از ملت افغان دگری نیست .
صد شهر به خون ترشده کسی را خبری نیست
سوگند به نامت که چو ما در بدری نیست .
من حامل فریاد شهیدان وطنایم .
من قاصد درد ، رنج ، الم و محنایم .
من ناله زنجیر اسیران جفایم
آواره و گم گشته نه دانم بکجایم

پیام امتنانیه: دفتر مرکزی CDAP مقیم پشاور از همکاران محترم دفتر ساحوی غزنی به منظور چاپ ونشر نشریه "همت" به شکل ربعوارسپاس نموده تمنیات نیک خود را اظهار مینماید. کامیابی و موفقیت شانرا از بارگاه خداوند متعال خواستار بوده به اطلاع هموطنان گرامی میرساند که این نشریه را از دفتر ساحوی CDAP در غزنی بدست آورده از مطالب خوب و جالب شان مستفید گردند.

# روزهای واکسین

# فلج اطفال

۱. روزهای واکسیناسیون درسرتاسر کشور.

۲. کمپاین سرتاسری محوکامل مرض پولیو فلج اطفال

- دور اول از تاریخ ۳ الی ۵ عقرب مصادف با ۱۶ الی ۱۸رجب المرجب.
- دور دوم از تاریخ ۶ الی ۸ قوس مصادف با۱۹ الی ۲۱ شعبان المعظم.

۳. اطفال کمتر از سن ۵ ساله تان را جهت تطبیق واکسین به مراکز واکسین بیاورید.

۴. صلح و آرامش شرط اساسی کمپاین واکسیناسیون ملی است.

۵. در مجادله علیه فلج اطفال و موفقیت روز های ملی واکسین تمام مردم کشور باید کمک نمایند.

## خپروونکی

دافغان معیوبیتو هرارخیز پروګرام (CDAP) د لیکنې د پورته نر نظر لاندې

پته: دملګرو ملتونو له خوا دافغان معیوبینو هرارخیز پروګرام

کل میر لین ۱۷ پوسټ بکس ۷۴۰ یونیورسټي ټاون، پیښور

په افغانستان کې زموږ پته:

بلخ:

پروژه همه جانبهٔ معیوبین افغان/کمیته سویدن دروازه بلخ، نزدیک کوچه نمبر شهر مزار شریف. تیلفون: ۲۷۷۶

نخار:

پروژه همه جانبهٔ معیوبین افغان/ کمیته سویدن سرک اول، منزل شفاخانه صحت عامه شهر جدید ننګرهار.

وردک:

دافغان معیوبینو هر ارخیز پروګرام/ دسویدن کمیته دسید آباد د ولسوالي مرکز.

قندهار:

دافغان معیوبینو هر ارخیز پروګرام/ دګاردېنزدفتر، میروېس نېکه شفاخانهٔ قندهار ښار

هرات:

پروژه همه جانبهٔ معیوبین افغان/ دفتر هماهنګی کمک های انسانی، شهر هرات – چهار راهی آمریت جاده آب بخش باد مرغان

تیلفون: ۰۳۱۷۸